

## 知れば知るほど! ナルホド金融経済

### 平成29年度税制改正に関して

ファイナンシャルプランナー  
松下 新



29年度税制改正大綱が閣議決定されましたが、身近な点では配偶者控除が大きく変わります。実施は30年度からですが、何がどう変わるのかを見ておきましょう。

大綱では①個人所得課税、②法人課税、③相続税・贈与税、④その他と4つの分野がありますが、①の個人所得課税に絞って見ていきます。ポイントは二つです。配偶者控除及び配偶者特別控除の見直しと積立NISAの創設です。安倍首相による「一億総活躍社会」から「働き方改革」がキーワードとなっており、就業調整を意識しなくて済む仕組みの構築と家計の安定的な資産形成を支援する観点からの税制見直しとなっています。

まず配偶者控除ですが、配偶者控除とは夫(納税者)に収入のない(専業主婦)又は少ない(パートの)配偶者がいる場合、納税者の総所得金額から控除されるもので、配偶者の給与が103万円までの場合38万円です(給与所得控除が65万円あるので)。配偶者特別控除は配偶者の合計所得が38万円を超え控除を受けられなくなった場合、合計所得金額が76万円未満であれば配偶者の所得金額に応じて特別に控除が受けられるというものです。給与所得控除が65万円なので141万円の給与まで控除が受けられます(141-65=76)。なお、合計所得金額とは給与に加え配当金など全ての所得の合計から給与所得を控除した後の金額を指します。

この控除が以下のように改正されます。

- 配偶者控除が受けられる給与 103万円 → 150万円
- 配偶者特別控除が受けられる給与 141万円 → 201万円

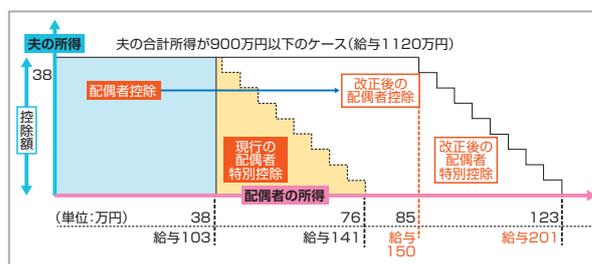
ただし、配偶者控除は夫の合計所得が900万円(給与1120万円)までが38万円、950万円(給与1170万円)以下で26万円、1000万円(給与1220万円)以下で13万円と減少します(控除額は220万円)。

以上により配偶者が「103万円の壁」などの就業の調整を気にせず働ける環境を作ろうというもので共働き夫婦には朗報と言えるでしょう(下図参照)。

次に積立NISAですが、これは積立・分散に適した投資信託に対し定期的かつ継続的な方法で投資を行う場合に非課税にするものです。現行NISAの購入枠は年間120万円、売却益や配当は5年間非課税ですが、これに対し積立NISAは(1)年間投資上限額40万円、(2)非課税期間20年、(3)長期の累積投資に限定で、まさにドルコスト平均法で行う積立投資を意識しています。ただ現行NISAとの併用はできません(選択制)。

年間40万円を20年を超えると課税されるので40代以上の人に適した制度なのかどうか。また、対象となる運用商品や投資家が自由に選べる環境(金融機関による推奨商品の押し付けにならないか)を整備する必要もあり、マネーセミナー等を通じ定期的な投資教育が必要になるでしょう。また先月号でご案内したiDeCo(個人型確定拠出年金)が60歳まで引出せない事から、積立NISAとの使い分けも重要になってくると思われます。

以上から個人所得に関し共働き夫婦には良い税制改正と思われる一方、積立NISAがどこまで消費者にとりプラスになるかは未知数だと言わざるを得ません。



# 身近に潜む生活習慣病

ファイナンシャルプランナー  
堤 太郎



生活習慣病とはかつて「成人病」という名で広く定着していました。以前は年齢を重ねることにより発病すると考えられていた為この呼び名が付いたそうです。現在では生活習慣が大きく影響するという研究結果から、「生活習慣病」と呼ばれています。具体的には糖尿病、脂質異常症、高血圧、高尿酸血症などが挙げられます。どれもよく耳にする病気です。今回は以前に私が体験した「高尿酸血症」について詳しくお伝えします。

高尿酸血症とは尿酸の血中濃度が高い状態で、これにより俗にいう“痛風”の原因となります。“痛風”という名の由来は「風が吹いても痛い!!」というのによく知られていますね。私が経験したのは3年ほど前。最初は左膝の違和感でした。その後日を過ごすごとに痛みが強くなり、それに伴って腫れもひどくなりました。5日目にははいよいよ歩くのがやっとという状態になりたまず受診。病院に到着した頃には左膝は曲げることすらできないという状況でした。診察台で膝を見せた瞬間、「ああ、これ多分痛風ですよ。」と言われたのを今でもハッキリと覚えています。痛風はお酒を大量に飲む人になるものと思いついていたため、日ごろ飲酒をしない私が痛風になったことは非常にショックでした。しかし、原因は他にあったのです。意外にも始めたばかりの“ジム通い”が原因と言われ驚きました。

当時はまだ喫煙をしており、日頃の運動不足解消と生活習慣改善の為にジムに通い始めました。健康の為に始めたことが見事に仇となってしまったのです。原因はトレーニングの内容。急激に激しい運動や筋トレといった無酸素運動をしたことで乳酸値が上昇し痛風を引き起こしてしまったとの事でした。運動する際も過度に無理をせず、しっかりと水分補給をしながら行うよう指示を受けました。私の場合は突発的な原因ですぐに治りましたが、一般的に痛風は一生付き合う病気とも言われています。



す。定期的に通院しながら毎日薬を持ち歩き、食べ物や飲み物が制限され痛みを耐えながら生活する。もし今でも治療が続いていたらと考えると恐ろしいですね。



最後に、痛風予防に誰もがご存知のある“飲み物”が効果的という研究結果が出ているそうなのでご紹介します。それは“コーヒー”です。コーヒーが好きの方には朗報ですね。

アメリカのボストン大学が看護師9万人に対して実施した研究結果によると、1日平均4杯～5杯のコーヒーを飲む人は痛風リスクが6割下がるという結果になったそうです。コーヒー豆に含まれるポリフェノールの一種でクロロゲン酸と呼ばれる抗酸化物質が有効とされています。コーヒーと聞くと飲みすぎは良くないというイメージがありましたが痛風に対しては効果的だそうです。ただし、砂糖やミルクを入れ過ぎてしまうと糖質や脂質を含むため痛風には逆効果となります。実践される場合はブラックコーヒーが良いそうです。

最近では健康ブームも追い風となり老若男女問わず多くの方がジムで汗を流していますし、健康食品の売り上げも年を追うごとに右肩上がりに伸びているそうです。しかしこれまで長年にわたり続けてきた生活習慣や食習慣を急激に変えるのは難しい上、身体への負担や精神的なストレスも大きいです。私も正直、コーヒーは大好きで毎日飲みますが一日4杯以上を継続して飲み続ける自信はありません。それ以前にバランスのとれた食生活や規則正しい生活習慣、適度な運動を心がけ、無理なく長期で続けられるのが一番ですね。



# 110万円贈与をお子さんやお孫さんの未来のために有効活用♪

ファイナンシャルプランナー  
深川 恵理子



平成27年1月1日から相続税の基礎控除額が引き下げられました。

相続税の基礎控除額  
 $3,000万円 + (600万円 \times \text{法定相続人の数})$

そのため、相続税を減らすために生前に財産を贈与しようと考えられる方も多いのではないのでしょうか。贈与税の税率は相続税に比べて高くなっていますが、「暦年贈与」を上手に活用すればトータルでの税負担を軽くする可能性もあります。

これは、贈与をする人ではなく、受ける人1人につき1/1～12/31の1年間に110万円までは贈与税が非課税になるというものです。つまり、3人から110万円ずつ330万円贈与されたとすると、110万円を超える220万円は課税対象になります。

また、贈与は、受ける方も認知していなければなりません。例えば、父親がお子さんに内緒で子供名義の預金をしている場合、お子さんがそのことを全く知らないと、父親が子供の名義を借りて預金していただけと判断されてしまい、贈与とは認めて貰えません。そして、父親が亡くなり、相続が発生した際に相続税を払わなくてはならなく

なることもありますので、通帳や印鑑をお子さんが持っている必要があります。

しかし、親御さんとしては、大切な財産をお子さんが無駄遣いをしてしまうのではと心配になるところです。そんな不安を解消するために生命保険を活用する方法があります。親御さんの死亡保険金を争族にならないための代償分割の資金や、亡くなった翌日から10カ月以内に原則現金で一括納付する相続税の資金にもできます。また、お子さん自身の老後準備や資産形成のための資金、お孫さんの教育資金など、未来に役立つ財産としても大いに活用することができます。



# 意外と知らない「青春の1ページ」

クラーク  
宮本 結衣



3月といえば別れの季節。今まさに卒業シーズンですね。卒業式の定番という「好きな人に第二ボタンをもらう」こと。経験された方はたくさんいらっしゃるのではないのでしょうか。

そもそもなぜ、卒業式で好きな人や憧れの先輩に「第二ボタン」をもらう風習になったのかご存知ですか？



皆様一度は耳にしたことがある説といえば「心臓に一番近いボタンだから」ではないでしょうか？

しかし、他にも有力な説があるそうです。

最初のきっかけは「戦争」に関係しています。強制的に戦争へ行かされる若者たちが二度と帰ってくるできない旅立ちの日に、一番大切な人に思いを伝え、形見として軍服の第二ボタンを渡していたそうです。一番上のボタンではだらしないと叱られます。しかし第二ボタンは敬礼をする際、手で隠ればれにくいからとか。胸が締め付けられる様ななんと切ない一説ですね。

近年、プレザーの普及により「第二ボタン」ではなく「ネクタイ」をもらう学校も多いそうです。とはいえ、甘酸っぱい青春は一生の思い出になりますね。

# 春。だからデトックス

ファイナンシャルプランナー  
佐藤 弘美



デトックスと聞くとどんなイメージをお持ちですか？デトックスとは「detoxification」（解毒）の短縮形で、体内から毒素や老廃物を取り除くという意味だそうです。デトックスをするには、春が一番適している季節と言われ、「啓蟄（けいちつ）の日」と関係があるそうです。啓蟄とは、春の暖かさを感じて冬ごもりしていた生き物が、外に這い出てくるころのことで、この時期は人間の身体の新陳代謝も活発になりデトックスに最適な季節と言われるそうです。今年は3月5日がその日にあたります。

そこで、私が毎年春に行っているデトックスをご紹介します。その名は「スピードデトックス」。小粒の早穫り玄米とごま塩、雑穀、古代玄米甘酒、ほうじ茶だけで10日間を過ごします。10日間で身体の中を大掃除。神経も免疫力も食欲もリセット出来ます。このデトックスでは玄米をたくさん食べても良いので、空腹を感じることは有りません。

甘いものが欲しくなった時には、古代玄米で作った自然発酵した甘さの甘酒を飲むようにしています。甘酒は天然の「飲む点滴」と言われ、体内で作れない必須アミノ酸も採ることができます。お米は太るものと誤解していましたが、それは精米した白米を食べているからだそうです。白米は、代謝を正常にしてくれる胚芽と、腸の大掃除をしてくれるお米の皮（繊維）を取ってしまっているため太るそうです。それに比べ玄米は、お米の命そのままの完全栄養食品で、肉や魚や野菜を食べなくても栄



養失調になることは無いくらい栄養価が高いそうです。「スピードデトックス」は玄米に飽きるくらいで、それよりもいろいろな身体の不調が軽くなってくのに驚きません。疲れにくくなり、肌に潤いが増し、顔色も良くなって嬉しい事ばかり。もちろん体重も減り、健康診断の数値も良くなりますね。

このようなデトックスにより一番改善される臓器は「腸」と言われます。腸の状態が良くなることを「腸能力」とも呼ぶそうです。腸の内壁にこびりついた宿便が押し出され綺麗になりその結果、栄養素の吸収が良くなるということです。それにより、免疫系全体が活性化され、副交感神経も程よく刺激を受けてホルモンバランスが整います。お薬を飲まれている方にとっても量を抑えることができ、効果的と言われています。健康診断の数値やお薬でお悩みの方には是非一度試してみてほしいと思います。「健康の軸は腸に有り」ですね。

また、デトックスの実践は排毒システムを効率よく働かせることが目標です。ですから、できるだけ有害化学物質を吸収しない食生活も大切です。日ごろからデトックス効果の高い食生活も意識してみましょう。栄養バランスが良い事は勿論、ビタミンとミネラルのバランス、乳酸菌やビフィズス菌の多い発酵食品やオリゴ糖をとる事なども大切。有害化学物質を排出しやすくするキレート作用のある食材も組み入れるといいですね。皆様も是非この春にデトックスをして心も身体もスッキリさせてみてはいかがでしょうか。



## 差出人・連絡先

### アルシアコンサルティング株式会社

〒251-0023 神奈川県藤沢市鶴沼花沢町2-3 PHビル2階  
TEL: 0466-54-8417 <http://www.arxia.jp/>

掲載内容等に関するお問い合わせは各担当営業まで。  
禁無断転載 Copyright Two Way Communications Inc.